

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian kadar glukosa darah sewaktu pada lansia di Banjar Dinas Dukuh Gede, Desa Baturiti, Kabupaten Tabanan dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik lansia berdasarkan usia paling banyak lansia pertengahan 45-59 tahun sebanyak 53,1%, lansia berdasarkan jenis kelamin perempuan sebanyak 59,4%, dan lansia aktivitas fisik sedang sebanyak 78,1%.
2. Hasil pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu diperoleh tertinggi 339 mg/dL, terendah 85 mg/dL, dan memiliki rata-rata 129 mg/dL. Kadar glukosa darah sewaktu kategori bukan DM sebanyak 6,3%, lansia kadar glukosa darah belum pasti DM sebanyak 84,4%, dan lansia kadar glukosa darah DM sebanyak 9,4%.
3. Kadar glukosa darah sewaktu pada lansia berdasarkan usia pertengahan 45-59 tahun kategori belum pasti DM sebanyak 43,8%, lansia berdasarkan jenis kelamin perempuan dengan kategori belum pasti DM sebanyak 50,0%, dan lansia yang melakukan aktivitas fisik sedang sebanyak 62,5%.

B. Saran

1. Bagi lansia di Banjar Dinas Dukuh Gede, Desa Baturiti, Kabupaten Tabanan terutama yang memiliki glukosa darah sewaktu tinggi agar bisa menjaga pola hidup sehat dengan pola makan, sering berolahraga dengan mengikuti posyandu lansia serta dapat melakukan pengecekan glukosa darah secara rutin. Bagi lansia yang memiliki glukosa darah normal juga harus tetap menjaga pola hidup sehat.
2. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat dijadikan sebagai penelitian lanjut tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kadar glukosa darah sewaktu pada lansia.